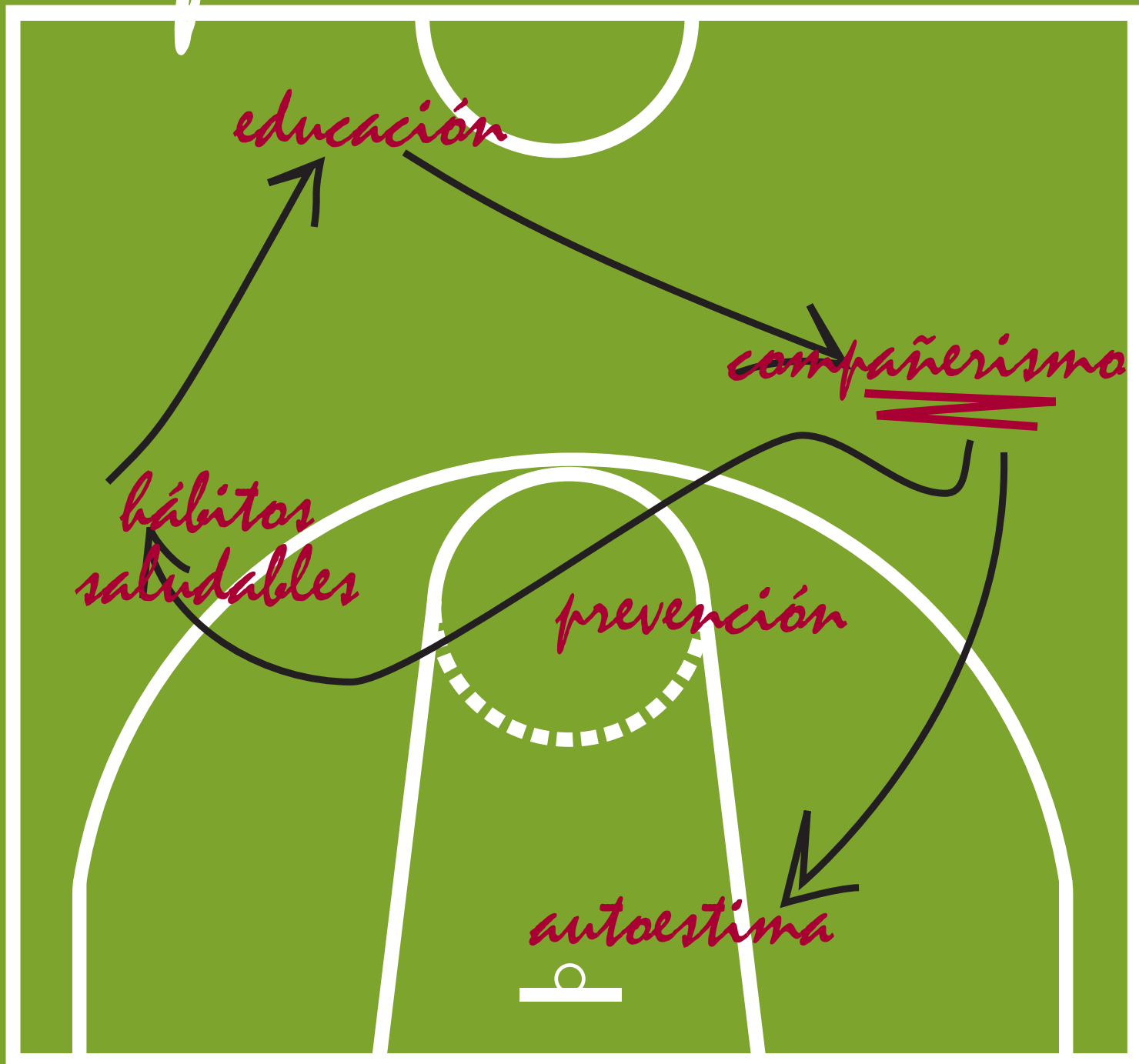


Encesta por la Salud



Encuesta por la Salud

**¡Anímate a participar en el Proyecto "Encuesta por la Salud"!
Con tu ayuda los jugadores que entrenes no sólo sabrán como
hacer las mejores jugadas en la cancha, sino que serán también
los más saludables.**

"Encuesta por la salud" es un proyecto que quiere impulsar una serie de acciones que persiguen la prevención de las enfermedades y la promoción de hábitos saludables entre las personas jóvenes y en sus entornos más cercanos. Todo ello a través del baloncesto y el deporte en general.

Como bien sabes, existe una relación directa entre los malos hábitos de alimentación y el sedentarismo con algunas de las enfermedades más habituales entre la población, como la diabetes, la hipertensión, la osteoporosis y los problemas cardiovasculares. Todos estos problemas se reducirían con la práctica deportiva.

¿En qué consiste "Encuesta por la Salud"?

Los datos de las últimas Encuestas Nacionales de Salud revelan que cerca del 80% de la población no realiza la actividad física aconsejada para mantener la salud.

El **Informe ADEPS** (Estudio Valorativo de Educación para la Salud en el Ámbito Educativo. Madrid. 2006), pone en evidencia que un 17% de los /as jóvenes entre 10 y 11 años presentan sobrepeso y un 23% obesidad. Además, a partir de los 15 años se empieza a producir un abandono de la práctica de algún deporte. Se estima que un 76% de la población juvenil deja de hacer deporte.



El Proyecto **"Encuesta por la Salud"** nace dentro de la Estrategia NAOS (Ministerio de Sanidad y Consumo) y de la Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud (OMS). Con el mismo se pretende fomentar la salud física, psíquica y social de la infancia y la juventud para prevenir las enfermedades, reforzando su aprendizaje de forma activa e integrándolo en su vida cotidiana y familiar.

**¡En esta iniciativa,
tú como entrenador de baloncesto, juegas un papel fundamental!**

buenos hábitos de nutrición + actividad física = salud

¿Qué temas se abordarán?

Introducción al conocimiento de la Actividad Física

Prescripción de la Actividad Física

Actividad Física en Sobrepeso y Obesidad

Actividad Física y Prevención de Drogas

Cambios de Comportamiento y calidad de vida en la infancia y la juventud

Programas de Promoción de Actividad Física



Fases de "Encuesta por la salud"

1a Fase (2007-2008)

Entrenadores de Baloncesto

Para convertirnos en Agentes de Salud entre los jóvenes, está previsto desarrollar una serie de actividades presenciales así como cursos interactivos. Además contaremos con el apoyo de profesorado y de tutores.

2a Fase (2008-2009)

Padres, Madres, Jóvenes y Adolescentes

Tendrán lugar una serie de actividades dirigidas al gran público, en especial a los más jóvenes, poniendo énfasis en el papel de la práctica deportiva en la prevención de las enfermedades.

*¡Apúntate a "Encuesta por la Salud"!
¡En este partido el protagonista eres tú!*

Para más información sobre
el Proyecto

*Encuesta
por la Salud*

Web:
www.encestaporlasalud.com

Teléfono:
AEEB 915 753 565

Email:
encestaporlasalud@dkvseguros.com



Entidades auspiciadoras



Injuve

